

Mi dzywojewódzkie Dru ynowe Mistrzostwa Młodzików 12 - 13 lat,
Pozna , 19.3.2022

Harmonogram sesji nr 1 - 19. Marzec 22

2022.03.19 - 10:00

Rozgrzewka: od 9:30

10:00	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:12	5 Serie	45
10:12	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:12	5 Serie	49
10:24	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:18	8 Serie	78
10:42	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:26	9 Serie	82
11:08	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie	48
11:28	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:22	5 Serie	42
11:50	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:34	5 Serie	46
12:24	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:36	5 Serie	50
13:00	9.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	12 - 13	0:12	5 Serie	43
13:12	Koniec sesji				Całkowity czas	3:12		

Harmonogram sesji nr 2 - 19. Marzec 22

2022.03.19 - 14:45

Rozgrzewka: od 14:15

14:46	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:18	9 Serie	81
15:04	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	10 Serie	98
15:24	12.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:22	5 Serie	43
15:46	13.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:22	5 Serie	46
16:08	14.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:16	6 Serie	52
16:24	15.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	7 Serie	64
16:44	16.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:24	6 Serie	51
17:08	17.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie	48
17:28	18.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	12 - 13	0:12	5 Serie	43
17:40	Koniec sesji				Całkowity czas	2:55		